Velouté courgettes comté 7 mois

10mn réalisation - 20mn cuisson

50gr pommes de terre + 100gr courgettes + 20gr Comté

* Eplucher, laver et détailler les légumes. Les mettre dans le bol avec 2 gobelets d'eau, placer le panier et régler **20mn 100° vit3.**
* Ajouter les morceaux de Comté, replacer le panier et mixer **10sec turbo.**

Une soupe si... chou 7 mois

10mn réalisation - 15mn cuisson

200gr chou-fleur frais + 2CS fromage blanc battu (40 % MG)
2 gobelets ½ bouillon de volaille + 1 petite pincée noix de muscade

* Couper le chou-fleur en morceaux et laver sous eau courante.
* Introduire les bouquets dans le bol avec bouillon et régler **15mn 100° vit3.**
* Verser fromage, muscade et placer le panier et régler **10sec turbo.**

Purée de chou-fleur mimosa 7 mois

15mn réalisation - 20mn cuisson

50gr pomme de terre + 100gr chou- fleur + 1 jaune d'œuf dur
60cl de lait infantile + noisette beurre

* Eplucher, laver, détailler les légumes, les mettre dans le panier et verser 3 gobelets d'eau dans le bol. Régler **20mn 100° vit3.**
* Egoutter, placer panier et mixez avec lait, jaune d'œuf et beurre **20sec turbo.**

Purée à la coque 7 mois

10mn réalisation - 20mn cuisson

150gr pommes de terre + ½ jaune d'œuf extra frais + 1 noisette beurre

* Eplucher, laver, détailler les pommes de terre, les mettre dans le panier et verser 3 gobelets d'eau dans le bol. Régler **20mn 100° vit3.**
* Egoutter, placer panier et mixez avec beurre **20sec turbo.**
* Verser la purée dans l'assiette de bébé, creuser un nid au centre et mettre le ½ jaune.

created by free version of DocuFreezer

Colin aux haricots verts et champignons 7 mois

15mn réalisation - 20mn cuisson

15gr filet de cabillaud + 150gr haricots verts + 50gr champignons
1 noisette de beurre + 1 filet de jus de citron

* Préparer et laver les légumes, les mettre dans le bol, placer le panier et mixer **5sec vit5.**
* Verser 3 gobelets d'eau dans le bol. Régler **20mn 100° vit3.**
* **A 10mn de cuisson**, ajouter le poisson par l'orifice du gobelet.
* Egoutter, placer panier et mixez avec beurre **20sec turbo.**

Escalope de loup aux épinards 7 mois

10mn réalisation - 15mn cuisson

20gr escalope de loup + 10 ml d'huile d'olive + 100gr épinards
2 gobelets d'eau + 30gr béchamel

* Laver les feuilles d'épinards et les introduire dans le bol ; ajouter l'eau, déposer le panier dans le bol et régler **15mn 100° vit3.**
* A **5mn de cuisson**, ajouter le poisson par l'orifice du gobelet.
* Verser le poisson sur les épinards, l'huile, la béchamel, placer panier et mixez avec beurre **20sec turbo.**

created by free version of DocuFreezer

Bœuf – pomme de terre et tomate 7 mois

10mn réalisation - 20mn cuisson

10gr huile d'olive + 10gr oignon + 20gr bœuf haché
100gr pommes de terre + 50gr tomate épépinée et concassée

* Eplucher et laver les légumes, les détailler et les verser dans le bol avec l'huile. Régler **20mn 100° vit3.**
* Ajouter la viande hachée à 8mn de cuisson.
* Mixer le tout **10sec turbo.**

Dinde au riz et petits légumes 7 mois

20mn réalisation - 20mn cuisson

1 petite escalope dinde + poignée petits pois + 1 carotte + ½ oignon
1 tomate pelée + ½ branche céleri + 1 feuille laurier
1 poignée de riz rond + 2 brins persil + 1 filet huile olive

* Eplucher, laver et détailler les légumes, les mettre dans le panier avec petits morceaux de viande.
* Verser 3 gobelets d'eau, le riz, le laurier, placer le panier et régler **20mn 100° vit3.**

Petit couscous d'agneau 7 mois

10mn réalisation - 20mn cuisson

1 verre semoule + 1 carotte + 1 petite courgette
1 peu de blanc de poireau + 30gr agneau cuit + persil plat
1 filet huile olive + 1 pincée de sel

* Eplucher, laver et détailler les légumes. Les mettre dans le panier avec les morceaux de viande.
* Verser 3 gobelets d'eau dans le bol, placer le panier et régler **20mn 100° vit3.**
* Réserver le contenu du panier dans l'assiette, mettre la semoule dans le panier de régler **5mn 100° vit1.**

created by free version of DocuFreezer

Petit couscous de poulet 7 mois

15mn réalisation - 20mn cuisson

1 verre semoule + 1 carotte + 1 petite courgette + ½ blanc de poireau
1 morceau de blanc de poulet cuit + persil plat + filet huile olive
1 pincée de sel

* Eplucher, laver et détailler les légumes. Les mettre dans le panier avec les morceaux de viande.
* Verser 3 gobelets d'eau dans le bol, placer le panier et régler **20mn 100° vit3.**
* Réserver le contenu du panier dans l'assiette, mettre la semoule dans le panier de régler **5mn 100° vit1.** Egoutter, saler et ajouter une noix de beurre (ou huile) et la viande écrasée ou mixée.

Pâte aux légumes 7 mois

5mn réalisation - 20mn cuisson

2CS petites pâtes + 40gr courgettes + 40g de carottes

* Dans une casserole, cuire les pâtes comme d'habitude.
* Peler, laver et couper les légumes en petit morceaux, les mettre dans le panier. Verser 3 gobelets d'eau dans le bol, placer le panier et régler **20mn 100° vit3.**
* Egoutter les légumes, les mettre dans le bol, éventuellement ajouter un peu de lait infantile, replacer le panier. Mixer **10sec turbo.**
* Quand bébé commence la viande vous pouvez ajouter 15g de poulet ou jambon

Colcannon 7 mois

mn réalisation - mn cuisson

1 grosse pomme de terre + 1 poireau + 1 petit chou + ½ oignon
1 noisette de beurre + ½ CS de crème fraîche

Lavez, épluchez et coupez en petits dés le poireau, la pomme de terre et l'oignon. Hachez grossièrement le chou. Déposez le tout dans une casserole, avec une petite quantité d'eau (les légumes doivent juste être recouverts) et portez le tout à ébullition jusqu'à ce qu'ils soient tendres. Egouttez les alors et écrasez-les. Ajoutez le beurre et la crème fraîche, et mélangez.

created by free version of DocuFreezer

Semoule au fromage 7 mois

mn réalisation - mn cuisson

25gr semoule + 125ml lait 2ème âge + 15gr fromage râpé

Chauffez le lait. Lorsqu'il est chaud, versez la semoule en pluie.
Remuez sans cesse jusqu'à épaississement.
Ajoutez le fromage et continuez de remuer jusqu'à ce qu'il soit complètement fondu

Gâteau de semoule 7 mois

mn réalisation - mn cuisson

125ml lait infantile + 20gr semoule fine + ½ jaune d'œuf
1CC sucre en poudre + 1 noisette de beurre

Versez le lait additionné de sucre dans une casserole, portez à frémissements.
Dès qu'il est chaud, jetez la semoule en pluie, délayez et laissez cuire 10 à 15 minutes tout en remuant.
Quand le mélange a tiédi, ajoutez le ½ jaune d'oeuf en battant vigoureusement.
Versez dans un ramequin beurré et mettre celui ci dans un bain marie. Cuire 10 minutes dans un four préchauffé à 150°C (Th5). Laissez refroidir complètement puis démoulez sur une petite assiette

7 mois

mn réalisation - mn cuisson

7 mois

mn réalisation - mn cuisson – 4 personnes

7 mois

mn réalisation - mn cuisson

created by free version of DocuFreezer

7 mois

mn réalisation - mn cuisson

mn réalisation - mn cuisson

mn réalisation - mn cuisson – 4 personnes

mn réalisation - mn cuisson – 4 personnes

mn réalisation - mn cuisson

mn réalisation - mn cuisson

mn réalisation - mn cuisson

created by free version of DocuFreezer

mn réalisation - mn cuisson – 4 personnes

mn réalisation - mn cuisson – 4 personnes

mn réalisation - mn cuisson

mn réalisation - mn cuisson

mn réalisation - mn cuisson

mn réalisation - mn cuisson – 4 personnes

created by free version of DocuFreezer

mn réalisation - mn cuisson – 4 personnes

mn réalisation - mn cuisson

mn réalisation - mn cuisson

mn réalisation - mn cuisson

created by free version of DocuFreezer